**МЕНЮ**

**Оздоровительный лагерь**

МКОУ «Центр образования №10»

**на « 23 » июня 2022 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | НАИМЕНОВАНИЕ  | Выход | Энергетическая ценность |
|  | БЛЮД |   | блюда |  |
|  ЗАВТРАК |

|  |
| --- |
| 1.Каша рисовая молочная |
| 2.Какао с молоком |
| 3.Батон  |  |
| 4.Колбаса отварная |

 |  |

|  |
| --- |
|  |
| 200 |
| 200 |
| 50 |
| 30 |

 |

|  |
| --- |
| 279.4 |
| 186.0 |
| 131.0 |
| 63.3 |

 |
|   | ИТОГО |   |  | 659,7 |
|  ОБЕД: |

|  |
| --- |
| 1.Огурец соленый |
| 2.Борщ из свежей капусты |
| 3.Макаронные изделия отварные |
| 4.Гуляш из мяса |
| 5.Компот из сухофруктов |
| 6.Батон |  |
| 7.Хлеб ржано-пшеничный |

 |  |

|  |
| --- |
| 100 |
| 250 |
| 180 |
| 100 |
| 200 |
| 30 |
| 30 |

 |

|  |
| --- |
| 108.0 |
| 95.0 |
| 173.9 |
| 218.7 |
| 110.0 |
| 78.6 |
| 54.3 |

 |
|   | ИТОГО |   |  | 838,5 |
|  ПОЛДНИК: |  |   |   |  |
|  | 1.Сок абрикосовый | 200 | 110,0 |
|  | 2.Булочка нежная | 60 | 218,0 |
|  | 3.Фрукт (по сезону) | 100 | 47,0 |
|   | ИТОГО |   |  | 375,0 |
| Стоимость: 300 рублей 10 копеек |   | 1873,2 |